Lección 8
(15 al 22 de Mayo de 2010)

La atmósfera de alabanza

Pr. Santos Corrales

Versículo de memoria: *"Entonces Jehová Dios formó al hombre del polvo de la tierra, y sopló en su nariz aliento de vida, y fue el hombre un ser viviente"* (Génesis 2:7).

Pregunta de confraternización: ¿Cuál es tu árbol preferido? ¿Por qué razón?

Idea Central: El aire puro indispensable una buena salud física, mental y espiritual.

Use todo el tiempo:

1. Como *Pastor-Director (10 minutos)*:
   - Escuche a cada miembro de su clase o grupo pequeño.
   - Preste atención a la respuesta a la pregunta de confraternización.
   - Pida que sus alumnos hagan sus pedidos de oración y ponga atención a la oración intercesora.
   - Designe quien visitará a los ausentes.

2. Como *Maestro (35 minutos)*:
   - Escoja los puntos sobresalientes de la lección.
   - Invite o estimule la participación de cada alumno.
   - Use las preguntas adecuadas.
   - Escriba las preguntas que hará.
   - No deje nada librado a la improvisación.

3. Como *Líder Misionero (10 minutos):* Este es el momento de ver como van sus alumnos en el programa de discipulado.
   - Comentar qué hicieron en relación con la testificación durante la semana.
   - Planificar las actividades (Estudios bíblicos, parejas misioneras, oración intercesora, operación rescate, visitación, etc.)

INTRODUCCION

El lema de la Asociación Americana del Cáncer es ***"Es un asunto de vida o respiración"***. La capacidad para respirar, así como para comprender la importancia del elemento vital llamado oxígeno, es esencial. Necesitamos aire para la vida, y aire puro y fresco para la salud.

Como el oxígeno va a cada órgano, no sorprende que necesitemos aire fresco y limpio. La buena noticia es que el aire está al alcance de todos.

I. DIOS CREO UNA ATMOSFERA AGRADABLE

1. El relato de la creación, según el Génesis, muestra a Dios con un diseño seguido por el Creador. **Dios tuvo un diseño.**
   - **Los días de la creación** seguían el diseño: primer día con el cuarto, el segundo con el quinto, el tercero con el sexto.
   - **En los primeros días** se preparaba el hábitat para los demás seres creados en los días quinto al sexto, incluyendo al hombre.

2. También, Génesis 1:3 al 10 nos muestra parte de este proceso. Nota la repetición de separación y división.
   - Dios separó la luz de la oscuridad, separó las aguas del firmamento, separó la tierra de las aguas.
   - En todo este proceso, hay grandes divisiones en estos primeros elementos. Después de terminar estas divisiones, Dios produjo la primera vida sobre la Tierra.

3. Luego, Dios tenía un plan maestro para su Creación. Incluía muchos tipos de seres vivientes que exigirían constante apoyo para sobrevivir. (Génesis 1:9 al 12, y 20 al 26**)**
   - **Variedad**. A medida que se desarrolla la historia de la Creación, es claro que Dios planificó que muchos vivieran sobre tierra seca.
   - **Oxigeno:** También es claro que sabía que estas criaturas necesitarían oxígeno para sostener su vida.
   - **Atmósfera:** Vemos que esta parte se realizó el segundo día de la Creación, con la separación de las aguas y la creación de la atmósfera.
   - **Espacio:** El espacio entre las aguas de arriba y las aguas de abajo se preparó para recibir el resto de la creación que había de seguir.
   - *"La teoría de que Dios no creó la materia cuando sacó al mundo a la existencia, no tiene fundamento. Al formar el mundo, Dios no se valió de materia preexistente. Por el contrario, todas las cosas, materiales o espirituales, comparecieron ante el Señor Jehová a la orden de su voz y fueron creadas para el propósito de él. Los cielos y todo su ejército, y todas las cosas que contienen, son no solo la obra de sus manos, sino que llegaron a la existencia por el aliento de su boca*" (*Testimonios para la iglesia*, tomo 8, pp. 269, 270).

4. La necesidad del aire para la vida es imprescindible. Sin aire no hay vida. Esto es vital para la existencia. El aire contaminado trae muerte.
   - **Seis millones** de habitantes de la tierra, mayormente niños, mueren cada año por infecciones respiratorias aguas que se ven agravadas por la contaminación de interiores originada, por lo general, por falta de ventilación o por cocinas sin adecuada salida de humos.
   - **Las muertes** por infecciones respiratorias agudas, a nivel mundial, son *tres veces más* elevadas que la malaria y de mayor incidencia que la diarrea.
   - **Los animales** que poblaron la tierra compartían la necesidad de oxígeno para sostener la vida.

- **El aire** es una combinación de gases: el oxígeno constituye alrededor del 21 por ciento del total (el peso de la atmósfera entera es de unos ¡cinco mil billones de toneladas!). Otros gases componentes incluyen el nitrógeno, el argón, el helio, el hidrógeno y pequeñas porciones de otros gases.
- **La cantidad de oxígeno** en el aire es la ideal para la respiración de las criaturas que Dios hizo. Es otro testimonio del cuidado y la precisión que usó Dios al crearnos.
- **El aire fue importante en la creación** de todos los animales, ya que todos lo necesitan para existir.
- **El hombre:** la creación de la humanidad fue diferente. Dios "sopló" (Génesis 2:7) en Adán el "aliento" de vida. El aire que da vida fue un componente de este milagroso acto de creación, pues inmediatamente después de que Dios soplara este aliento en él, Adán llegó a ser un ser viviente.
- **Solo tierra:** Cuando Adán fue formado, con todos sus órganos, su carne, los componentes físicos necesarios para la vida, todavía no tenía vida.
- **Faltaba algo:** Hacía falta una cosa más, y eso era la vida misma, que solo Dios podía dar. Dios hizo precisamente eso, y nosotros participamos cada día de este don de la vida.
- **¡Cada respiración** debería recordarnos ese aliento original que Dios sopló en Adán!
- **Respirar** es un acto espontáneo y natural que nos recuerda a la creación, al diseño original de Dios.

II. BENDICIONES DE RESPIRAR AIRE BUENO

1. En nuestros días el aire contaminado trae enfermedad y muerte a los seres humanos y también a los demás seres creados.
    - **Humo**: el aire suele estar sucio y contaminado, por ejemplo, con el humo del tabaco, y el que recircula en edificios de oficinas.
    - **Aire impuro**: Respirar aire impuro puede llevar a tener muchos problemas de salud, incluyendo migraña, náuseas, vómitos, y dolencias respiratorias y de los ojos.
    - Se entiende por **contaminación atmosférica** la presencia en el aire de materias o formas de energía que impliquen riesgo, daño o molestia grave para las personas y bienes de cualquier naturaleza,[1] así como que puedan atacar a distintos materiales, reducir la visibilidad o producir olores desagradables.
    - **Los principales mecanismos** de contaminación atmosférica son los procesos industriales que implican combustión, tanto en industrias como en automóviles y Calefacción/calefacciones residenciales, que generan dióxido de carbono/dióxido y monóxido de carbono, óxidos de nitrógeno y azufre, entre otros contaminantes
    - **La contaminación atmosférica** puede tener *carácter local* o *planetario.*

2. Beneficios de respirar aire bueno.
    - **Sangre rica**: Muchos millones de glóbulos rojos llevan sangre rica en oxígeno a todas las células y tejidos del cuerpo, alimentándolos, dándoles con

[1] Ernesto Martínez Ataz, Yolanda Díaz de Mera Morales, *Contaminación atmosférica* Universidad de Castilla-La Mancha. 2004 ISBN 8484273245, 9788484273240; p. 13.

ello vida. ¡Este intercambio de oxígeno y dióxido de carbono ocurre en milésimas de segundo y toma aproximadamente un minuto para completar un circuito completo del cuerpo!

- **Medios naturales:** El aire puro se encuentra en abundancia en medioambientes naturales, en las cercanías de árboles, plantas, cerca de aguas corrientes como océanos, lagos y ríos, y después de una lluvia.
- **Algas marinas:** Se estima que las algas del océano proveen casi el noventa por ciento del oxígeno de la atmósfera. Las plantas vivas en el hogar pueden ayudar a purificar el aire y a eliminar el dióxido de carbono.
- **Ejercicio**: Es muy importante que trates de respirar aire limpio. Haz ejercicios al aire libre, si es posible, por la mañana.
- **Ambientes cerrados:** Además, los que trabajan en ambientes cerrados, pueden descansar saliendo al exterior para respirar aire fresco.
- **Vigoriza:** Después de unos pocos momentos, la persona a menudo se sentirá refrescada y revigorizada.
- **Al dormir:** Es mejor dormir con la ventana abierta, aunque sea un poco, a fin de poder gozar los beneficios del aire fresco.
- **Cada célula** de nuestro cuerpo recibe oxígeno e, incluso, el inerte nitrógeno que está en el aire que respiramos. Esto significa que el corazón, el cerebro, los riñones, los pulmones, los huesos, el hígado, los músculos, la piel, etcétera, todos reciben aire, pero especialmente oxígeno.

3. **La atmósfera del cielo**. Además de la atmósfera física, la Biblia nos habla de la atmósfera del cielo. Esta es nuestra más grande aspiración.
   - **Dios está preocupado** por el hombre total, completo. El apóstol Juan expresó un interés similar, cuando escribió a Gayo: "Amado, yo deseo que tú seas prosperado en todas las cosas y que tengas salud, así como prospera tu alma" (3 Juan 2).
   - **El aliento de Dios**, o su Espíritu, según el registro de Génesis (Gen 1:2, Gen 2:7), está interesado en la ***"totalidad"*** de cada uno de nosotros.
   - **No solo es dieta,** ejercicio, metabolismo. El ser humano también tiene un área espiritual que solo Dios llega a suplir la necesidad de "aliento de vida" del ser humano.
   - **Atmósfera:** Usamos la palabra atmósfera para describir el medioambiente físico del aire, pero también *las actitudes*, los sentimientos, las emociones, y el apoyo de los que nos rodean y crean una atmósfera que puede ser positiva o negativa.
   - **Paciente, es un todo.** Algunas veces los médicos se olvidan que el paciente es un "todo". Se preocupan del suministro de los medicamentos, la reacción en el organismo, y se olvidan del paciente como una totalidad: Físico, mental, espiritual.
   - **El Espíritu Santo** afecta no solo a nuestro yo físico, sino a nuestro todo. Si deseamos cuidarnos a nosotros mismos, debemos ser también como el Espíritu Santo, atendiendo cada componente del total de nuestra vida.
   - **Salud espiritual:** La dieta y el ejercicio, el sueño, el descanso y la luz solar pueden mejorar nuestro bienestar físico, pero también afectan nuestra parte mental. La salud mental es tan importante como la salud física.
   - **Pensamientos puros**: Al igual que las moléculas de oxígeno penetran en todas las células, el "aliento de vida", el Espíritu Santo, inyecta la mente con pensamientos que son puros, buenos y motivados por el amor.

- **Permear en la sociedad**: si nosotros permitimos que la atmósfera del cielo permee nuestras vidas, podemos alterar la carrera desenfrenada que nuestra sociedad sigue. Así como el Espíritu puede impregnar nuestro ser entero, nosotros como individuos, podemos hacer lo mismo con nuestros semejantes.

4. **La atmósfera del cielo es de gozo** y de alabanza a Dios. Varios textos mencionan que la hueste angélica alaba a Dios. (Job 38:6, 7; Salmo 103:20-22; 148:2; Lucas 15:7; Apocalipsis 21:4).
   - **Es una experiencia rica** ver con los ojos de la mente estos seres poderosos alrededor del Trono de Dios, alabándolo por su amor, su misericordia y su gracia.
   - **El cielo es un lugar donde reinan el gozo,** la alabanza y la felicidad. La presencia de Cristo y del Padre en nuestras vidas (Juan 14:23), nos hace experimentar estas cosas ahora.
   - **Acción:** respirar el aire puro del cielo ahora y a estar rodeados por la atmósfera del hogar celestial, mientras viajamos como peregrinos en esta tierra.
   - *"Tan pronto como alguien se vista de Cristo, una evidencia del cambio producido en él se manifestará en el espíritu, las palabras y los hechos. Una atmósfera celestial envolverá el alma, porque Cristo morará en ella"* (***Cada día con Dios*, p. 118**).

RESUMEN

Una vida buscando respirar aire fresco y vivir con la atmósfera del cielo aquí es una necesidad de todo cristiano para testimoniar que Dios es amor.

Pr. Santos Corrales
Pastor de la Iglesia Central de Cochabamba
Unión Boliviana



RECURSOS ESCUELA SABATICA
http://ar.groups.yahoo.com/group/Comentarios_EscuelaSabatica
www.elistas.net/lista/EscuelaSabatica
http://groups.google.com.ar/group/escuela-sabatica?hl=es
Suscríbase para recibir gratuitamente recursos para la Escuela Sabática